

**PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* DAN STABILITAS
TERHADAP *PERFORMANCE* KATA PADA ATLET KARATE DOJO JR**

Tesis

oleh

Fariz Pramana Sastra

Nomor Induk Mahasiswa 2023152018

Program Studi Magister Pendidikan Jasmani



FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN

UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG

2025

**PENGARUH LATIHAN *CIRCUIT TRAINING* DAN STABILITAS
TERHADAP *PERFORMANCE* KATA PADA ATLET KARATE DOJO JR**

Tesis Oleh

Fariz Pramana Sastra

Nomor Induk Mahasiswa 2023152018

Program Studi Magister Pendidikan Jasmani

**FAKULTAS KEGURUAN DAN ILMU PENDIDIKAN
UNIVERSITAS PGRI PALEMBANG
TAHUN 2025**

Disetujui Oleh :

Pembimbing Utama



Dr. Hj. Meilia Rosani, S.H., M.H.
NIDN. 8958250022

Pembimbing Pendamping



Dr. (Cand) Farizal Imansyah, M.Pd.
NIDN. 0212028703

Disahkan oleh :
a.n Dekan FKIP
Ketua Program Studi



Dr. Widya Handayani, S.Pd., M.Si.
NIDN. 0210018701